زنان بیشتر در معرض ابتلا به آلزایمر هستند

10 خرداد 1403

مدیر عامل انجمن دمانس و آلزایمر ایران در خصوص کاهش سن ابتلا به بیماری آلزایمر گفت: در حال حاضر بیمار ۴۹ ساله مبتلا به آلزایمر داریم و بیمار ۴۰ سال به بالا هم در مرحله پیش از آلزایمر وجود دارد. متاسفانه سن ابتلا به این بیماری پایین آمده است.

«معصومه صالحی» مدیر عامل انجمن دمانس و آلزایمر ایران در خصوص وضعیت ابتلا به دمانس و آلزایمر در کشور گفت: در ایران بروز انواع دمانس روند رو به رشدی داشته است که ۶۵ درصد آن را آلزایمر تشکیل می‌دهد. در جهان هر ۳ ثانیه یک نفر به دمانس مبتلا می‌شود و در ایران هر ۷ دقیقه یک نفر به آن مبتلا می‌گردد. در حال حاضر بیش از ۱ میلیون و ۵۰۰ هزار نفر مبتلا به دمانس در کشور داریم که حدود ۶۵ درصد آن مربوط به بیماری آلزایمر است و باقی آن انواع دمانس‌های مختلف را تشکیل می‌دهد.

وی افزود: در دوران کرونا و پسا کرونا با کم شدن ارتباطات اجتماعی و ارتباطات خانوادگی سالمندان دچار اضطراب و ترس و استرس شدند، این موضوع منجر به شناسایی تنها حدود ۴۰۰ نفر MCI در سال گذشته شد. McI مرحله اختلال خفیف شناختی یا پیش آلزایمر است. ما افرادی که در این مرحله هستند را شناسایی کردیم و با اجرای طرحی به نام ذهن پویا به صورت پایلوت طی ۳ ماه تلاش‌های لازم را انجام دادیم که آن‌ها به سمت دمانس نروند. امیدواریم بودجه‌ای برای اجرای این طرح تامین شود.

عوامل تاثیر گذار در سرعت گرفتن دمانس و آلزایمر

صالحی توضیح داد: برخی عوامل که خطر ابتلا به دمانس را افزایش می‌دهند عبارتند از کم بودن ارتباطات اجتماعی، سواد پایین، سیگار کشیدن، ناشنوایی، ورزش نکردن، رژیم غذایی نامناسب، مصرف مشروبات الکلی، آلودگی هوا و مهم‌تر از همه بیماری‌های زمینه‌ای هستند. در میان بیماری‌های زمینه‌ای در مرتبه اول افسردگی سپس دیابت، فشار خون و کلسترول بالا اگر به آنها توجه نشود، برای ابتلا به دمانس از عوامل خطر محسوب می‌شوند.

او ادامه داد: روش زندگی سالم یکی از عوامل تاثیرگذار در کاهش خطر ابتلا به دمانس است، یعنی اینکه افراد سعی کنند از سبزیجات بیشتری استفاده کنند و روغن‌های اشباع کمتری نیز مصرف کنند.

وضعیت دارو و پوشش بیمه‌ای بیماری آلزایمر

صالحی درباره وضعیت داروهای بیماری آلزایمر اظهار کرد: به دلیل تحریم‌ها در حال حاضر داروی خارجی وارد نمی‌شود، یا خیلی گران است. داروهایی که در ایران تولید می‌شود، هنوز در مورد میزان اثربخشی آن‌ها بررسی پژوهشی انجام نشده است، اما قطعا اثربخشی دارند.

او افزود: بیمه‌های خصوصی نسبت به بیمه‌های دولتی بهتر این بیماری را پوشش می‌دهند. اخیرا بیمه سلامت برخی خدمات توانبخشی را در مورد سالمندان تحت پوشش قرار داده است، اما به اندازه‌ای نیست که بتواند کمک قابل توجهی به خانواده‌ها کند.

زنان بیشتر در معرض ابتلا به آلزایمر هستند

صالحی تصریح کرد: امید به زندگی سه تا چهار سال در میان زنان بیشتر است که خود افزایش سن یکی از عوامل ابتلا به دمانس است و از طرفی با توجه به این که استرس در میان زنان نسبت به مردان بیشتر مشاهده می‌شود، خطر ابتلا بین خانم‌ها حدود ۶ تا ۷ درصد بیشتر از آقایان است.

وی در مورد کاهش سن ابتلا به بیماری آلزایمر گفت: در حال حاضر بیمار ۴۹ ساله مبتلا به آلزایمر داریم و بیمار ۴۰ سال به بالا هم در مرحله پیش از آلزایمر وجود دارد. متاسفانه سن ابتلا به بیماری آلزایمر پایین آمده است.

آیا بیمار آلزایمر توانایی حضور در اجتماع را دارد؟

صالحی با بیان اینکه آلزایمر یک بیماری پیشرونده است و مراحل مختلف دارد، گفت: در مرحله اول بیمار مبتلا به آلزایمر توانایی ورود به اجتماع را دارد، اما در مرحله دوم با کمک یک مراقب این امکان را دارد. بیمارانی که در مرحله اول یا نیمه‌های اول مرحله دوم بیماری هستند با مراجعه به مراکزی همچون مرکز جامعه توانبخشی قاصدک، حواس پنجگانه آن‌ها به کار گرفته می‌شود تا یادگیری‌ها کم کم برگردد. این مرکز با مجوز سازمان بهزیستی کشور فعالیت می‌کند و عملکرد موثری بر روی این بیماران داشته است.

او ادامه داد: در مرحله سوم بیماری، فرد دچار مشکلاتی می‌شود که تنها به مراقبت و توانبخشی جسمی نیاز دارد و نمی‌توان زیاد بر روی ذهن او کار کرد.

طول عمر مبتلایان چقدر است؟

او تصریح کرد: بیماری که مبتلا به دمانس یا آلزایمر می‌شود، بین ۳ تا ۲۰ سال می‌تواند زنده بماند. هر یک سال تشخیص زود هنگام برای بیماری آلزایمر، ۵ سال مشکل بیماری را به تعویق می‌اندازد. ما بر روی پیشگیری خیلی باید تمرکز داشته باشیم که فرد مبتلا نشود و در صورت ابتلا بتواند از زندگی خوبی بهره‌مند باشد و توانمندی‌های خود را دیرتر از یاد ببرد.

نداشتن مراقب، چالش بیماران مبتلا به دمانس و آلزایمر

مدیر عامل انجمن دمانس و آلزایمر خاطر نشان کرد: یکی از مشکلاتی که بیماران مبتلا به دمانس و آلزایمر با آن مواجه هستند، نداشتن مراقب است، چرا که امروزه فرزندان جدا از پدر و مادر خود زندگی می‌کنند و درصد ازدواج و زاد و ولد نیز کاهش یافته است. همه این موارد باعث می‌شود بیماران را با کمبود مراقبت کننده مواجه کند. از این رو از طرف انجمن برای ایجاد «آموزشگاه سالمندیاری» با مجوز از فنی حرفه‌ای اقدام کردیم. هدف از ایجاد این آموزشگاه تربیت و آموزش افراد برای مراقبت از سالمندان مبتلا به دمانس است. این امر باعث می‌شود خانواده‌ها بتوانند بیمار خود را با خیال راحت به فرد دوره دیده بسپارند.

وی خاطرنشان کرد: از افرادی که دارای مدرک تحصیلی سیکل به بالا هستند، دعوت می‌شود تا در دوره‌های آموزشی ما شرکت کنند. با شرکت در این دوره‌ها مدرک مورد تایید علمی و قابل ترجمه در ایران و جهان به آن‌ها تعلق می‌گیرد. اگر به انجمن کمک مالی شود، ما می‌توانیم طی یک سال ۳ یا ۴ هزار نفر را آموزش دهیم تا هم شغل برای افراد ایجاد شود و هم مراقبت کننده دارای مدرک علمی به منازل بیماران فرستاده شود، لذا ما آمادگی برای پیش ثبت نام افراد جهت همکاری در این زمینه را

داریم.